



## TREINOS E METAS

**NILSON PAULO DE LIMA** [nilson@action.org.br]

### São Silvestre – Eles estiveram lá

#### Antônio Carlos Carrijo

Correr a São Silvestre é a consagração para qualquer um. Seja um atleta ou não. Para o vereador Antônio Carrijo correr no fim do ano teve um significado a mais. Ele chegou a pesar 164 quilos. Hoje é outra pessoa! Largou para trás muito peso e tornou-se um apaixonado pela corrida de rua. Ele participou pela segunda vez do maior evento do atletismo brasileiro: os 15 quilômetros da São Silvestre. Um exemplo para muita gente.



FOTOS: DIVULGAÇÃO

#### Maria das Graças Soares Buissa

A rotina é a mesma todo fim de ano para a médica Maria das

Graças Soares Buissa. Nesta época, a dra. Graça está de férias com a família no litoral paulista. Ela divide o consultório com a corrida e já participou das principais provas do Brasil. Mas o compromisso mais importante foi encontrar um intervalo e participar da São Silvestre, em São Paulo. Para Graça, é a consagração para qualquer corredor.



#### Claudia Jordão e Leonardo Lima

Vida nova! É assim para Cláudia e Leonardo. Os dois dão os primeiros passos na corrida. E estão muito bem, obrigado! A dentista Cláudia Jordão tem pouco tempo de pista, mas o currículo como atleta ajudou a ganhar etapas na preparação para o novo esporte. O empresário Leonardo Lima sempre correu por lazer e para manter a forma. A dupla se encantou com os primeiros desafios. Depois de participar da Maratona Pão de Açúcar e Nike 10 em São Paulo, Cláudia se aliou ao novo companheiro de corrida e juntos já correram: a Meia do Cerrado e o Circuito das Estações Adidas - etapa verão. Agora o casal realizou um sonho: completaram a São Silvestre! Para os dois, sucesso em 2007!!



## ESPORTES | A11

#### Veber Quintino de Rezende

Veber é sinônimo de empolgação! E luta para conciliar a agenda tumultuada com as viagens para correr. A falta de tempo para os treinamentos não o impede de participar do tradicional compromisso anual. Ele passou o Réveillon com a família e amigos no litoral. Mas, de olho em São Paulo, deu uma "fugidinha" e se juntou aos mais de 15 mil participantes da São Silvestre. A esposa Herta, uma ex-jogadora de vôlei, impedida de correr por problemas médicos, está sempre apoiando o marido corredor.



Faça parte do nosso grupo de corridas e caminhadas! Pratique seus treinamentos sob orientação.

#### Encontros

Aos sábados: 7h30 - Pátio da Unetri

Maratonista – Presidente da ACTION

Associação dos Corredores do Triângulo Mineiro

www.action.org.br